



## PROGRAMACIÓN DE FEBRERO 2019

*Nada más intenso que el terror de perder la identidad*  
(Alejandra Pizarnik)

*Continuamos trabajando la la MEMORIA FEMINISTA y las HUELLAS BORRADAS DE LAS MUJERES a través de nuestros talleres de desarrollo personal, con familias, con hombres.*

### EJE DE EMPODERAMIENTO\*

\* Actividades dirigidas a mujeres, en toda su diversidad, mayores de 18 años.

### PROGRAMA DE FORMACIÓN PARA EL EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES EN EL EMPLEO (PROYECTO DANA)

#### ¡ÚLTIMAS PLAZAS!

**¿Estás buscando empleo y necesitas orientación y acompañamiento? ¿Te gustaría compartir este proceso con otras mujeres y conocer las claves imprescindibles para cualquier proceso de orientación laboral? ¡Te esperamos!**

El programa está diseñado por la Fundación Mujeres y está pensado para fortalecer el empoderamiento laboral a través de distintos módulos formativos, asesoramiento y acompañamiento a lo largo del taller.

Duración: 60 horas (36h presenciales y 24h online)

**Dirigido a** mujeres del municipio de Madrid desempleadas, en situación de búsqueda de empleo y con conocimientos básicos de informática.

**Fechas:** pendiente de concretar a partir de febrero de 2019.

### TALLER: AMOR 3.0 AUTODEFENSA DIGITAL FEMINISTA

**¡Veremos en qué consiste el empoderamiento 3.0 o la sororidad viral!**

Analizaremos nuestras prácticas tecnológicas, para entender mejor cómo funciona el flujo de información en la red, analizaremos la violencia digital machista e identificaremos las estrategias utilizadas. Con la defensa virtual feminista aprenderemos herramientas para proteger nuestra privacidad e integridad: **kit de autodefensa en la red.**

**Dirigido a mujeres jóvenes de 13 a 20 años.**

**Viernes 15 de febrero**  
**De 17,00 a 19,30 horas**

### NACIDAS PARA CORRER

Durante más de 30 años el atletismo estuvo "desaconsejado" para las mujeres por ser "exhibicionista y masculinizante". A golpe de zapatilla las mujeres hemos ido conquistando nuestro derecho a salir a correr porque correr... nos hace libres. No olvidemos nuestras huellas borradas.

**Lunes 18 de febrero**  
**De 11,00 a 13,00 horas**

### MUJERES Y TECNOLOGÍA\_MI AMIGO EL MOVIL

En este taller aprenderemos a sacar el máximo partido a nuestro móvil: conexión a red wi-fi, memoria, descarga de aplicaciones, antivirus gratuito, sonidos...

De una manera eficaz, cada vez seremos más autónomas en el manejo de nuestro móvil.

### Grupo I Iniciación:

miércoles 6, 13, 20 y 27 de febrero  
De 10:30 a 12:00 horas

### Grupo II Avanzado:

miércoles 6, 13, 20 y 27 de febrero  
De 12:30 a 14:00 horas

## TALLER DE FOTOBORDADO

---

El bordado, técnica tan antigua y actual, repleta de cultura y significados, siempre estuvo presente en nuestro cotidiano. El taller invita a utilizar esta técnica en un soporte diferente que es el papel fotográfico, a partir de fotografías de las mujeres de nuestras familia y/o anónimas de mujeres con la intención de recuperar una memoria, un anonimato y darle significación actual.

Jueves 7, 14, 21 y 28 de febrero  
De 16,30 a 19,00 horas

## NUESTRO CUERPO, LUGAR DONDE HABITA LA SEXUALIDAD

---

La sexualidad entendida como fuerza vital que nos habita nos conecta con nuestra capacidad de goce, con el deseo y el disfrute del cuerpo. Tanto en compañía como soledad está condicionada y determinada por la forma en la que vivimos y habitamos nuestro cuerpo, espacio atravesado por nuestras experiencias e historias.

En este taller vivencial proponemos la apertura a la escucha corporal desde la perspectiva de la Diafreo; estiramientos de las cadenas musculares, búsqueda del eje y equilibrio corporal, liberación de la respiración y expresión emocional así como la revisión y puesta en común de las vivencias en torno a la sexualidad desde el no juicio y el respeto.

Lunes 4, 11, 18 y 25 de febrero  
De 17,00 a 19,00 horas

Imparte: Nuria Matorras Agro-Martin y  
Sara García Parra

## NUESTRA MEMORIA, NUESTRA AUTOESTIMA

---

En múltiples ocasiones no tenemos tiempo ni para conocernos, ni mucho menos para pensar en nosotras, nuestra vida, nuestra historia. En este taller nos daremos un tiempo para saber quienes somos, de donde venimos, conocernos y aceptarnos.

Jueves 14, 21, 28 de febrero y 7 de marzo  
De 11,00 a 13,00 horas

## TALLER DE BATUKADA

---

### ¡Empoderándonos a ritmo de Batukada!

Tradicionalmente, el mundo de la música, en especial la percusión, ha estado protagonizado por hombres y nos parece importante promover la motivación y formación de las mujeres para que seamos también protagonistas en este campo artístico, como una vía más para nuestro empoderamiento personal y colectivo.

Jueves de 7, 14, 21 y 28 febrero  
De 17,30 a 19,00 horas

Grupo cerrado pero inscríbete porque vamos cubriendo bajas.

## FORMACIÓN DE LA IDENTIDAD FEMENINA A LO LARGO DE LA HISTORIA

---

Este taller te invita a reflexionar sobre la construcción del "ser mujer" a lo largo de la historia. No se trata de un análisis individual, sino que hay una vocación social en él, de repensar en grupo cómo se ha construido nuestra identidad social. Todo ello utilizando como medio lo artístico. Anímate a descubrirlo.

Miércoles 13, 20 y 27 de febrero  
De 17,30 a 19,00 horas

Imparte: Paloma Rodera, artista

## **LOS DUELOS: Las huellas de mi vida**

---

Los duelos son heridas por cerrar de nuestras vidas, procesos en los que se conecta el pasado y el presente, recuerdos que nos hacen tomar conciencia de que hemos querido y vivido.

Los duelos pueden remitirnos a vínculos amorosos que se terminaron, enfermedades, muertes, migraciones, maternidades no satisfechas...son muchas las circunstancias en las que puede abrirse un duelo.

**Miércoles de 13, 20 y 27 febrero**  
**De 17,30 a 19,30 horas**

## **GANCHILLO REVOLUCIONARIO**

---

Continuamos generando reflexión en el espacio público a través de nuestros tejidos. Este arte callejero es nuestra herramienta de resistencia colectiva con la cual resignificamos el arte de tejer. Trabajamos de lo individual a lo colectivo. Generamos red, nos cuidamos y sanamos nuestras heridas. Preparándonos para el 8 de marzo.

**Viernes 1, 8, 15 y 22 de febrero**  
**De 17,30 a 19,30 horas**

## **ESCUELA DE PARTICIPACIÓN Y LIDERAZGO**

---

En este espacio facilitamos elementos de reflexión y de práctica que nos permitan ejercer el liderazgo en nuestro entorno social. Reflexionamos sobre las construcciones de género y su incidencia en las relaciones de poder en el espacio público-privado frente a un liderazgo inclusivo, participativo y horizontal. Reflexionamos sobre nuestras necesidades e inquietudes y adquirimos herramientas para una nueva etapa en nuestras vidas.

**Desarrollando la capacidad personal para el liderazgo: mis fortalezas y mis debilidades.**

**Martes 5 de febrero**  
**De 11,00 a 13,00 horas**

**Aprendiendo a escucharnos**

**Martes 12 de febrero**  
**De 11,00 a 13,00 horas**

**Nuestros mitos y nuestras fantasías**

**Martes 19 de febrero**  
**De 11,00 a 13,00 horas**

**Vídeo Fórum: AMELIA**

**Martes 26 de febrero**  
**De 11,00 a 13,00 horas de 11 a 13h**

**Mujeres mayores de 60 años**

## **TOMAMOS LA PALABRA**

---

Talleres dirigido a mujeres que deseen mejorar sus habilidades de comunicación personal e interpersonal. Aprenderemos cuáles son los elementos fundamentales que debemos tener en cuenta cuando queremos exponer ante otras personas nuestras ideas, nuestras opiniones, o cuando tenemos que transmitir una información ante un grupo amplio y diverso de personas. Aprenderemos a tomar la palabra en diferentes contextos y a expresar lo que queremos de una manera asertiva.

**TOMA LA PALABRA I:**

**Martes 22, 29 de enero, 5 y 12 de febrero**  
**De 17,00 a 19,30 horas**

**TOMA LA PALABRA II:**

**Martes 19, 26 de febrero y 5, 12 de marzo**  
**De 17,00 a 19,30 horas**

## **RE-CONECTA CON LA NATURALEZA: TAMBIÉN SOMOS RÍO**

---

Y por extensión también somos naturaleza. Especialmente nosotras, las mujeres. Las ciudades parecen desprendernos de nuestra fuente, de nuestro verdadero origen. Sin embargo, podemos renaturalizarnos como lo ha hecho nuestro río Manzanares; fluyendo libremente, creando islas de vegetación, poblándose de otras especies, dando vida.

Haremos un recorrido de reconexión con la Naturaleza en Madrid Río, desde el Espacio de Igualdad Juana Doña

**Viernes 22 de febrero**  
**De 11,00 a 14,00 horas**

**Imparte: Berta Alonso, dinamizadora medioambiental**

## CONTIGO Y SIN TI

---

Como todos los cuatrimestres, en este taller aprenderemos todo lo que necesitamos saber sobre las cuestiones de familia (matrimonio, filiación, divorcio, custodia de menores, pensión de alimentos, patria potestad, liquidación de gananciales,.....). La información es poder y el poder nos hace perder el miedo. La información también nos lleva a compartir lo aprendido y ayudar a otras mujeres.

**Martes 19 y 26 de febrero**  
**De 17,30 a 19,30 horas**

## EJE DE EQUIDAD

### TEATRO FORO OTELO

---

El CRPS de Carabanchel junto con la Fundación Buen Samaritano y el espacio de igualdad Juana Doña ofrecen esta adaptación del clásico de Shakespeare, Oteló. La obra trata de un comerciante que, llevado por los celos, comete un horrible crimen.

El espacio de igualdad Juana Doña dinamiza después un debate para analizar el trasfondo de esta obra en un día en que se celebra el amor en pareja, que nos invita a reflexionar sobre si estamos construyendo el amor con criterios de buen trato.

**Jueves 14 de Febrero**  
**De 18,00 a 19,00 horas**

**Lugar:** Auditorio del Centro Cultural Casa del Reloj

**Participa:** CRPS de carbanchel, Fundación Buen Samaritano y Espacio de igualdad Juana Doña

## TALLERES PARA FAMILIAS

---

¿Quieres pasar un rato divertido en familia?, ¿te apetece que las actividades que compartes con las y los pequeños de la casa estén libre de estereotipos sexistas? Pues éstas actividades son para ti!

- **VIDEOFORUM: "JACOBO LOBO"**  
Visionado de la película y diálogo en torno a la historia de Jacobo, con la participación de niñas y niños  
**Viernes 15 de febrero**  
**De 17,30 a 19,30 horas**
- **LA HORA DEL CUENTO: "MÍRAME EN TUS OJOS"** Cuentos de Gloria Fuertes y otras autoras (Olalla Sánchez, Olí Olé Compañía de Teatro)  
**Viernes 22 de febrero**  
**De 17,30 a 19,30 horas**

## ASESORIA JURÍDICA

---

Es tu espacio para debatir , relexionar y aprender con la abogada del espacio sobre diferentes temas.

- **VIOLENCIA SEXUAL**

Las noticias sobre las últimas agresiones sexuales por las diferentes "manadas" nos llevan a esta alerta para saber cómo actuar. La ciudadanía tenemos que dar alguna respuesta a estos hechos, por lo que tener información es imprescindible.

Nos reuniremos para debatir y saber todo lo necesario para actuar.

**Lunes 11 de febrero**  
**De 11,00 a 13,00 horas**

- **HERENCIAS Y SUCESIONES. ¿ES MEJOR HACER TESTAMENTO?**

Las herencias a veces suelen ser motivo de conflictos familiares y de malos momentos, pero es posible que podamos evitarlos en parte si las cosas están bien atadas.

**Lunes 25 de febrero**  
**De 11,00 a 13,00 horas**

## HOMBRES CONTRA EL MACHISMO. TALLER REFLEXIVO Y DE TRANSFORMACIÓN PARA PROFESIONALES

Espacio de encuentro e intercambio entre profesionales facilitado para:

- Profundizar en la construcción social y subjetiva de la identidad masculina y su repercusión en las mujeres.
- Conocer los diferentes modelos de intervención con hombres.
- Motivar la elaboración de proyectos de intervención con hombres para favorecer relaciones igualitarias y de buen trato.

**Jueves 7 y 21 de febrero**  
**De 9,00 a 14,00 horas**  
**Dirigido a hombres**

**Imparte: Fabián Luján (CECOMA)**

## GRUPO DE ENCUENTRO Y REFLEXIÓN DE PERSONAS MIGRANTES

Con motivo de favorecer un espacio de encuentro de personas migrantes que quieran participar socialmente en el distrito, los viernes por la tarde nos reuniremos para conocernos. A iniciativa de un Grupo de mujeres búlgaras este primer encuentro contará con trabajos propios de su país y diversas iniciativas dirigidas a favorecer su visibilidad. Nos reuniremos para debatir y resolver dudas.

**Viernes 8, 15 y 22 de febrero**  
**De 17,30 a 19,30 horas**

## CÍRCULO DE MUJERES

Es un grupo de mujeres autogestionado. Está constituido por mujeres que participan en el

Espacio de Igualdad de distintos talleres y actividades y que, a iniciativa propia, han solicitado espacio para seguir reuniéndose y compartir saberes y sentires.

**Jueves 7 de febrero**  
**De 17,30 a 19,30 horas**

## GRUPO DE MUJERES: REPENSANDO NUESTRO BIENESTAR

Grupo autogestionado de mujeres que reflexionan y comparten sus malestares cotidianos. Buscando alternativas saludables que mejoren su bienestar.

**Lunes 4, 11, 18 y 25**  
**De 17,30 a 19,30 horas**

## PARTICIPACIÓN COMUNITARIA

**FORMACIÓN ASOCIACIÓN GRUZ BLANCA.**  
Taller Prevención violencia de género a profesionales. Grupo Cerrado.

**Martes 19 de Febrero**  
**De 10:00 a 14:00 horas**

**PUNTO "A"**  
**RED ARGANZUELA**

## OTROS SERVICIOS ATENCIÓN INDIVIDUALIZADA

- ➔ Asesoría jurídica
- ➔ Apoyo psicológico
- ➔ Prevención de Violencia de Género

(Previa cita en el teléfono del Espacio)

## MÁS INFORMACIÓN

**FB:** [Facebook.com/Espacioigualdadjuanadona](https://www.facebook.com/Espacioigualdadjuanadona)  
**TW:** [@eijuanadona](https://twitter.com/eijuanadona)

**Área de Gobierno de Políticas de Género y Diversidad**

Facebook: [Madrid Igualdad](https://www.facebook.com/MadridIgualdad)  
Instagram: [@madridigualdad](https://www.instagram.com/madridigualdad)  
Twitter: [@MadridIgualdad](https://twitter.com/MadridIgualdad)  
Youtube: [Madrid Igualdad](https://www.youtube.com/MadridIgualdad)